39 18

D. D.

DISSERTATIO

FUNDAMENTA VALETUDINIS

SISTENS,

QUAM,

CONSENSU EXPERIENTISS. FAC. MEDICÆ UPSALIENSIS,

PRÆSIDE

VIRO NOBILISSIMO ET EXPERIENTISSIMO,

DN. DOCT. CAROLO LINNÆO,

EQUITE AURATO DE STELLA POLARI,
S:Æ R:Æ M:TIS ARCHIATRO,
MED. ET BOTAN. PROFESSORE REG. ET ORD.
ACAD. UPS. HOLMIENS. PETROPOL. BEROL. IMPERIAL.
LONDIN. MONSPEL. TOLOS. FLORENT. SOCIO,

IN AUDITORIO CAROL. MAJ. DIE XVII. JUNII,
ANNI MDCCLVI.

AD PUBLICUM EXAMEN DEFERT

PETRUS ENGSTRÖM,

DALEKARLUS.

H. A. M. S.

UPSALIÆ, Excud. L. M. HÖJER, Reg. Acad. Typogr.

S:Æ R:Æ M:TIS
MAGNÆ FIDEI VIRO,
PERILLUSTRI ac GENEROSISSIMO
BARONI ac DOMINO,

D:NO DIDERICO HENN. MEJENDORF VON YXKULL,

SUBTRIBUNO Strenuiſſimo,
Regii Enſiferorum Ordinis EQUITI Splendidiſſimo,
MÆCENATI MAGNO.

Illa tandem dies illuceſcit, qua venerabunda mens Mæcenati ſuo leviuſculum quoddam munus offerre valet. Beneficia, quibus non ſolum paternam domum, ſed me etiam cumulaſti, *Mæcenas Optime*, tanta ſunt, ut ex eorum numero non poſſim non in maximam rapi admirationem: hinc tempus fauſtum & fuit, & erit, quo de Tuo Patrocinio, plane perbenevolo, mihi gratulari licuit. Permittas ergo, humillime oro, ut hoc Specimen Academicum illam teſtetur animi ſubmiſſionem, quam publice declarandi antea occaſio mihi defuit. Etiamſi in referenda gratia nihil proferre valeam, pectus tamen debita nunquam carebit obſervantia, nec Summum Numen, pro perenni Tua incolumitate, piis ſollicitare ſuſpiriis deſiſtet. Sic, Te ſalvo atque ſoſpite, iniquæ ſortis tela haud metuam: ſic, Tua fultus clientela, bonarum artium ſtudia feliciter, uti ſpero, cedent. Futurus, dum vixero,

PERILLUSTRIS atque GENEROSISSIMI
NOMINIS TUI

cultor devotiſſimus,
PETRUS ENGSTRÖM.

S:Æ R:Æ M:TIS
CUBICULARIO,
EQUITI de Regio Enſifero Ordine Splendidiſſimo,
GENEROSO atque NOBILISSIMO
D:no OLAVO ADLERBERG.
Regii Collegii Metallici ADSESSORI,

NOBILISSIMO DOMINO,
D:no JACOBO TERSMEDEN,
PATRONIS MAXIMIS.

Quod exercitium hocce Academicum, tenui licet Minerva elaboratum, Nobiliſſimis Nominibus Veſtris conſecrare ſuſtineam, non meæ audaciæ, ſed Veſtro prorſus ſingulari favori, adſcribendum erit. Veſter in literarum cultores benevolentia omnibus fere eſt nota: mihi vero quam maxime. Si mens mea, ſumma abundans veneratione, imbecilli non gauderet interprete, Veſtras ſane, Nobiliſſimi Domini, celebrarem laudes: qvum vero nulla polleam facundia, eas tacitus prætereo, atque obteſtor, me measque fortunas, in poſterum, Vobis ſemper commendatas habere haud dedignemini.

GENEROS. atque NOBILISSIMORUM
NOMINUM VESTRORUM

cultor humillimus,
PETRUS ENGSTRÖM.

BRUKS-PATRONEN vid Ramnes Bruk,
Ådle och Högaktade HERREN,
Herr MAGNUS SCHENSTRÖM,
Min Gunſtige GYNNARE.

GROSS-HANDELSMANNEN uti Stockholm,
Herr PETER POMP,

KRONO-BEFALNINGSMANNEN,
Herr ZACHARIAS POMP,
Mine Högtårade K. MORBRÖDER.

Den högaktning jag ſtåndigt hyſt för Eder Herr Bruks-Patron, *och* Mine k. Morbröder *uti mitt ſinne, kan omöjeligen långre döljas; tillägnas derföre* Eder *deſſa blad och beder, at de måtte få uttolka min årkånſamhet, emot* Eder *Gunſt och bevågna ſinnelag. Vore min förmåga ſtörre, ſluppen J icke beröm; ehuru jag vet, at* Edert *ädelmod ej tål det förtientaſte. Tillåten mig dock,* Herr Bruks-Patron *och* Mine k. Morbröder, *at, når jag på detta papperet afſkildrar* Grunderna till vår hälſa, *äfven få önſka* Eder *mycken lätt däraf. Lefven ſå ſälle, ſom min vördnad är och ſkall vara oföränderlig; då ſkall* Eder *hvarken fattas lyckſalighet, eller mig tillfälle, at förtiena namnet af*

Ådle och Högaktade Herr BRUKS-PATRONS
Så ock
Mine Högtårade Kåre MORBRÖDERS

ödmiuke tienare,
PETER ENGSTRÖM.

D. D.

§. I.

Inſolens quidem multis videtur, ejusdem ætatis vitæque rationis homines, & quâ vitam & quâ ſanitatem, diverſa adeo experiri fata atque viciſſitudines, ut unus, formæ ſpecioſæ dignitate atque vegetis pollens viribus, in ipſo ætatis flore marceſcat duræque mortis inclementia inopinato abripiatur; alter vero ad extremam usque ſenectutem annos perducat. Mira inquam, hæc ſunt: at multo tamen magis a naturæ ordine abludere videtur, corporis robore quam maxime firmatos, prius multo quam infirmos morbis ſæpe ſuccumbere, adeo ut ſaluberrimus quisquam minimo morbi impetu valetudinis jacturam faciat, dum imbellis quidam vel graviſſima perferre poteſt vitæ diſcrimina, quaſi vita ipſa firmiori multo vinculo corpori ejus nexa eſſet. Hæc, maximis involuta difficultatibus, naturæ phænome-

na ut explicent, cœca regi fatorum vice unius cujusque ætatem, tempusque vivendi certum unicuique deſignatum eſſe, cujus extra circulos vagari nemini licet, quos nec intemperantia turbari, nec rigide ſervata diæta promoveri poſſe, erronee admodum credunt quam plurimi. Aliam vero melioremque ingrediuntur viam ſapientiores, qui mirandam hanc ſanitatis varietatem humani corporis naturæ tribuunt, quæ apud nonnullos firmiore, apud alios debiliore eſt indole: quæ vero hæc natura ſit & unde originem ſuam ducat, haud conſiderant. Itaque mecum conſtitui, paucis allatis obſervationibus, Naturæ variam circa microcosmum noſtrum indolem, quantum per injunctam brevitatem fieri poterit, explicatam Naturæ curioſis tradere.

§ II.

NATURA illa eſt lex, quam ſummus omnium Architectus rebus creatis indidit, ſecundum quam generantur, conſervantur atque ad ſuos fines deſtinantur in mundo omnia, ut cuncta ſecundum DEI ſapientiſſime inſtitutam ordinationem in creatione, durent atque exiſtentiam ſuam continuent. Plura hac in re inveſtigare non valemus, cum ob anguſtos perſpicientiæ noſtræ limites, tum ob abdita naturæ myſteria, etſi quædam veſtigia ordinis, creaturis inſiti, videre nobis videamur, quæ tamen æque nobis ſunt imperſcrutabilia, ac ille, quem DEus ſecutus eſt, omnes res condendi, modus.

§. III.

Humanum corpus mirifica omnino gaudet ſtructura

ſtura atque ex variis fibris compoſitione, quæ connexæ quaſi & conſutæ membranas, canales, muſculos, &c., quibus coagmentata eſt noſtra machina, formant, elementa vero non æque fortiter in ſingulis combinata eſſe, quilibet, qui accuratius Naturam penſitat, inveniet. Mentem noſtram clarius hac in re ut exponamus, humanam machinam cum Textura comparabimus, quam lanificas Parcas vel firmioribus vel tenuioribus contexiſſe filis fabulatur antiquitas, quamque cum annis tandem conteri videmus. Eadem eſt ratio corporis humani, quod, diſſimilibus compactum filis, haud pari modo diuturnum violentumque uſum perpeti poteſt. Ulterius corpus noſtrum haud incongrue aſſimilatur telæ, duplici filorum genere compoſitæ, nervis nimirum, qui ipſum texturæ ſtamen conſtituunt, & fibris, quæ intertextum, inter ſtamina implicatum, efficiunt; hoc ſi fuerit firmiſſimum, illud vero tenue, haud longo uſu ſubteritur tela. Corporis humani nervi ſunt ipſa virium ſtamina; fibræ autem ſtamina vitæ conſtituunt. Viribus exhauſtus & languidus eam ob cauſſam ætatem diu prorogare poteſt, quod ejus ſyſtema Nervoſum bene ſit conſtitutum; at ideo tamen muſculorum roboris atque ſoliditatis expers eſt quam ſæpiſſime: contra, qui compacto fibrarum ſyſtemate gaudet, virium vitalium defectu laborare atque, levi quadam morbi motiuncula tentatus, haud raro opprimi atque conſumi poteſt. Hujus rei cauſſam qui invenire vult, primum texturæ corporis fundamentum atque compoſitionem adeat, cujus initium

in generatione reperitur, finis vero in adoleſcentia. Perdifficilis enim quæſtio Phyſiologos adhuc torquet, an plures ſibræ in adulto generentur, quam quæ in embryone ſunt. Creſcunt quidem juſtumque temporis ſpatium requirunt, ut longitudinem ſuam, & forte craſſitudinem, conſequantur; &, licet homo, poſtquam ad debitam ſtaturæ proceritatem excrevit, craſſeſcat, opinamur tamen fibrarum interſtitia potius repleri, quam eas incrementa quodam modo capere. Eum itaque jure meritoque felicem & vere nobilem appellamus, qui integer natus eſt, quapropter cum nos tum etiam Germani nobilem per **wälboren** & **wohlgeburen** explicamus.

Duo *fundamenta* vitæ & roboris unius cujusque hominis ponimus: unum in ipſa generatione, alterum in adoleſcentia. In *generatione* imprimis ſyſtema nervoſum, ſub *adoleſcentia* ſyſtema fibroſum conſtituitur, quæ duo diverſam heic poſtulant conſiderationem.

§. IV.

In ipſo matris ovo prima vitæ ſtamina deliteſcunt, quæ per GENERATIONEM, inæquali vero vi, ſuſcitantur. Obſervavit quondam Bradlæus, dum polline ſtaminum floris Quercini fortiter aſpergebat fœcundabatque ejusdem arboris piſtilla, glandes poſt hac non modo majores aliis ejusdem arboris fieri, ſed & ſatas multo & ſolito largius creſcere. Natura, qvum unum eundemque Auctorem atque Fundatorem agnoſcat, ſui ſemper ſimilis eſt; ejus intuentes varias vias, ad unam tendere veritatem omnes, comperimus. Infantes

aut

aut ſenectute langvidis aut morbo debilitatis procreati parentibus, infirmi imbellesque evadunt plerumque. Summus *Boerhavius* ſigna futura optimæ ſanitatis in *inſtitutionibus ſuis Medicis* §. 885 tradens, palmariam hujus cauſſam ipſi generationi rectiſſime adſcribit: *Conceptus*, inquit, *ex parentibus Sanis, Vegetis, Plenæ ætatis, Rara, ſed Fervida venere utentibus, matutino tempore poſt perfectam a ſomno coctionem, tempeſtate vernâ, imprimis & ſalubri.* Illi, quibus a genitoribus ſanis & ætatis maturo flore vegetoque robore naſci, contigerit, robuſtiſſimi evaſere: ſic *fortes a fortibus procreantur.* Hanc ſententiam exemplo firmat Nob. *Hallerus in Comment.* ad § ſupra citatam *Boerhavii*, *Tom. 6. pag. 267: In Gallia*, ait, *homines ex furtiva venere geniti (en fans d' amour) vulgo robuſtiores habentur, præ illis, qui ex officio nati sunt; cum venus perpetuo quæſita, ſed raro inventa, fervidior ſit.* Natura ipſa, ut ſe conſervet, anxie laborans, perſpicua hujus rei nobis monſtrat veſtigia. Ad œconomiam animalium ſi attendimus, apparet, cauſſam illius diſſimilitudinis, quam inter eorum fœtus eſſe deprehendimus, in genitorum indole totam fere latere. Hinc *Horatius*: *Eſt in juvencis, eſt in equis patrum virtus: nec imbellem feroces progenerant aquilæ columbam.* Vulgo optime notum eſt, non adeo vegetos grandesque fœtus a non adultis jumentis & pecudibus progigni, ac ab illis, quæ juſtam ætatem viriumque firmitudinem conſecutæ fuere; hinc vidimus, vitulos agnellosque, quos matres graciliores & primiparæ pariunt, debiliores fieri, ideoque, ut minus vitales, ſegregantur & ma-

ctantur

ſtantur ab œconomis. In unaquaque fere regione populi globum atque multitudinem conſtituunt ruricolæ, quique terram variis modis colunt. Hi, dum uxorem ducunt, ſuum ſeqvuntur genium, nec opes anxie quærunt, nec multis procis petitam Helenam, non nobiles atavorum imagines, ſed maturam robuſtamque quandam virginem ſibi poſcunt, quæ, labori adſveta, deſideratam illis opem ferre poteſt. Opulentiorum vero molles atque delicatulæ filiæ, licet morbis fere conſumtæ a luxioriosa ambiuntur procorum, valetudinariorum forte, turba, milleque amantum ſuſpiriis præcibusque expetuntur. Illi fœtus corporis firmitate cæteros præſtant, qui genitura naſcuntur conſiſtente nec debili, quæ ſæpiſſime abſorbetur atque ſecernitur; unde fervens igneaque venus redditur. Contra adoleſcens, libidinoſa juventute & pollutionibus ſiphyliticis enervis, amiſſam geniture vim vix recuperat, &, jugali tandem thalamo junctus, intemperantius aſſidueque cultæ veneris pœnas dat, liberique ejus *miſeri pulli* fiunt *infelicibus nati ovis.* Hanc ob rem haud infreqnenter evenit, ut opulentiorum familiis fatale adeo exitium immineat, ut penitus interdum exſtirpentur. Medici Angli, infantes *Rachiticos*, a parentibus, nimia venere exhauſtis naſci, exiſtimant. Id tam verum eſt, quam quod veriſſimum, multos morbos, per generationem propagatos hæreditarios fieri: Ut.

Qui viret in foliis, venit e radicibus humor;
Sic patrum in natos abeunt cum ſemine morbi.

Obſervat quoque Hoffmannus, a *Maniacis*, ipſo ſub

ſub paroxyſmo procreatos liberos, maniacos quoque fieri, non vero extra paroxyſmum; & pariter *epilepticorum* filios vel nepotes, mox ab inſultu paroxyſmi conceptos, horrendo iſto morbo immunes naſci, non autem paulo ante eandem. Virum quendam novimus a Colica ſæpiſſime vexatum, cujus paroxyſmus cum uxoris conſvetudine mitigabatur; duo vero ejus liberi, colicis torminibus afflicti, diem obierunt ſupremum. Alius quidam nobis ſuccurrit, a matre natus diuturno dentium vexata dolore, cujus prognati nepotesque præmatura *odontalgia* conflictabantur. *Hectica*, *Arthritis*, *Calculus* a parentibus in liberos tranſmittuntur: nam.

Multa pater materque valent infundere natis,
Tranſit & in ſeri jura nepotis avus.

Et qvum ſummus rerum Conditor, homines hilares eſſe voluerit, lætam jucundamque illis venerem indidit, non vero ira ferventum, ut feris quibusdam immaniſſimis. Verbo: univerſa natura eo in puncto conſpirat, quod illi fœtus, qui maturo & fervente veneris uſu generantur, cum vitæ viribus tum etjam generoſitate præcellentes fieri; quare equorum præfecti equos admiſſarios includunt, ne nimia venere exhauſti reddantur, ut poſtea admiſſi, valentiorem edant progeniem. De antiquis Germanis, qui fortitudine ceteras gentes præeminebant, refert Tacitus, eos *ſera & matura uſos fuiſſe venere.* Lex Ceremonialis, præter nobiliorem, quem habebat finem, in Natura quoque ipſa fundata erat, ut ex præceptis illis diæteticis, quæ in eo continentur patet, & ex primogeni-

mogenitorum prærogativis. Itaque prima ſtabilimenta vitæ humanæ ipſa in generatione conduntur.

§. V.

Secundum roboris fundamentum in ADOLESCENTIA ponitur. Primum vitæ humanæ ſtadium in UTERO eſt, ubi embryones ſecundum matris diætam formantur, Si mater *cibo* utatur ſaginante nimium creſcit fœtus; gravida, quæ lacte veſcitur, grandem adeo ſæpe infantem geſtat, ut maximo cum vitæ periculo eum eniti poſſit; quam ob cauſſam Medici mulieres hortantur, ut ſub gravitatis ſtatu a nutrimentis ex lacte confectis ſeſe abſtineant, contra vero ſi amaris, auſteris ac fortibus deditæ ſunt potionibus, vel ſi morbo quodam ſunt implicitæ, infantes imbecilles atque graciles pariunt. Uterum ferens femina, quæ diuturno juſtoque corporis *motu* utitur, robore longe valentiores edit gnatos, quam quæ vita delectatur ſedentaria; unde etiam accidit, ut liberi Nobilium debiliores plerumque ſint. Lappones, immanes barbaræque Americanæ Nationes uxoribus ſuis ſvadent, ut leni ſemper at crebro tamen labore futurum partum faciliorem reddant. Nimius Matris *ſomnus* magnos mollesque, exiguus vero parvos ac macilentos infantes efficit. Embryonem matris ſub graviditate *venere* debilitari, plerosque abortus hinc originem trahere, haud incerto nixi fundamento, credimus. Eo tempore, quo fœtus utero fovent animalia, nunquam marem admittunt: Si vero hoc fieret, abortum plerumque faciunt,

cujus

cujus rei Equæ exemplum præbent. Matris *animi commotiones* fœtibus multa damna adferunt, utpote epilepſiam, diſtortiones, & infantes adhuc non editos necant, qua de re Medicorum obſervationes multa nobis referunt.

§. VI.

Alterum ſtadium, in quo adoleſcit homo; eſt LACTANTIA, ſeu tempus quo genetricis ubera natus ſugit. Valetudo enixi fœtus tum quoque a matris diæta pendet. Infans, qui lacte veſcitur materno, eodem ex fonte bibit, qui alimentum in utero deliteſcenti large ſubminiſtravit. Novercantium nutricum & *animi* & corporis qualitates cum lacte ipſo ita parvulis infunduntur, ut, ſi hæ hilares & animoſæ ſint, illi læti vigoreque præditi evadant: ſi vero hæ triſtiori & in iram proclivo animo ſint, illi eandem quoque mentem conſequantur. *Iracundarum* nutricum bilis ſi forte commoveatur, convulſiones non raro ſentiunt lactantes: ſi *vini combuſti* juſto plus appetentiores fuerint ubera præbentes, infans aut macie contabeſcit aut moritur: ſi *ſalſum* comedant cibum, ſcorbuto inficitur: qui prius infantis dentes conſumit, quam radices egerint. Si mater vitæ *ſedentariæ* dedita ſit, acido ſpontaneo in primis viis cum fæcibus viridibus, torminibus, convulſionibus infeſtatur recens natus. Cum genetrix intempeſtivam *Venerem* colit, lac mutationem ſubit, & infans inde multum capit detrimenti. Ex his omnibus apparet, prolis valetudini maxime conducere, ut mater temperantiam in vivendi ratione accurate ſervet.

 §. VII.

§. VII.

PUERITIA tertium ſtadium conſtituit. Tum maxime opus eſt, ut bene nutriatur puer. Inteſtina ejus adeo ſunt tenera, ut magnam cibi copiam, una vice deglutitam, non queant concoquere; poſcunt tamen creba nutrimenta. Homo hac in ætate conſtitutus, pulli eſt inſtar gallinacei, qui, poſtquam comedit, iterum mox cibum appetit. Hoc tempore ſi premuntur fame, lente admodum creſcunt: acriora ciborum genera illis ſunt deneganda, qvum fibræ debiles tum maxime ſint. Si acris quædam tinctura vulneri oris, tempore ſub ſanationis, inſtillatur, tenella fibrarum ſtamina contrahuntur, quo fit, ut vulnus, magna cicatrice, obducatur. Illi, quibus potus vini combuſti intempeſtive conceditur, puſilli fiunt atque macelenti. Hoc experimento, cum caniculis inſtituto, ſatis probatur, qui ſi hoc liquore oblinantur, adeo parvi fiunt, ut in feminarum gremiis commode geſtari poſſint. Mauros olim graciles, Gallos vero proceros fuiſſe, teſtantur Hiſtorici: jam qvum illis Mahometana religio vini uſum interdixerit, illic vero ſit conceſſus, Mauri Gallos, conſpicua ſtatura, multum ſuperant. Porro puerulo, ſub dio obambulandi, currendique venia non denegetur; alias enim accidit, ut colli glandulæ intumeſcant, caput totumque corpus Scabie infeſtetur; huic ſi licitum non ſit, ut calido frigidoque aëre ſe adſveſcat, tempeſtatis viciſſitudines haud patitur, & febribus & morbis catarrhalibus facile fit obnoxius. Qvum *motu* teſte Avicenna, *membrum* magnificat, haud difficile inveniri poteſt

cauſſa,

cauſſa, cur liberi ruſticorum valentioribus polleant membris, quam Nobilium opulentiorumque. Hæc a corporis crebra exercitatione tota fere dependet; quapropter ita Hoffmannus: *populi*, inquit, *ſeptentrionales*, *qui a teneris annis frigoris & caloris repentinas mutationes ſuſtinere coacti*, *minus in morbos prolabuntur*, *& facilius ex iis convaleſcunt.* Somnus, puerulis ad vires recreandas, ſufficiens eſſe omnino debet, etenim paſtu acquiſita, atque corporis exercitatione digeſta, alimenta, machinæ noſtræ per ſomnum applicantur. Qvum ſatis conſtet fœtum in materno utero ſemper dormientem brevi mirum in modum creſcere, infantemque mox poſt lactationem ſopore naturaliter capi, puero quoque ſomnus & quies concedatur, neceſſe eſt; ſi autem aliter fiat, ſtaturæ ejus incrementum impeditur, & macilentus, debilis redditur atque ſtupidus. Subito admodum animi puerulorum commoventur, qvum nervi a fibris adhuc juſtum non conſeqvuti ſunt robur atque fulcimentum; & quemadmodum eorum lætitia haud modica eſt, dolor quoque & luctus eſt acerbior. Si acciderit, ut ſubitaneus illis terror incutiatur, ſæpiſſime ex vehementi hac animi perturbatione Polypi naſcuntur, qui ex eorum demum extiſpiciis manifeſti fiunt. Difficilioribus rebus, quæ eorum nervos juſto maturius intendunt, ſi crucientur, ingenium judiciumque præcox, ac tandem ſtupidum, evadit. Itaque illis, qui in tenero ætatis flore ſunt, debitum a curis gravioribusque ſolicitudinibus otium dandum eſt.

§. VIII.

§. VIII.

ADOLESCENTIA eſt vitæ ſtadium, in quo homo pueritiæ larvam exuit, telamque corporis ſui pertexit. Jam fugienda eſt præcox *venus*, quæ & nervoſum ſyſtema & fibroſum debilitat; inde enim artuum tremor, anorexia, oculi debiles, vertigo, ſtupiditas. Jam maxime intereſt in vaſis conſervare olea, quæ ſenectutem ſanam vegetamque reddunt: *libidinoſa enim & intemperans adoleſcentia effœtum corpus tradit ſenectuti. Cic. de ſeneɛt. c. 9. Et quamdiu ſera venus veteribus Germanis, tamdiu eorum juventus fuit inexhauſta*, teſte *Tacito*. Et quando euſarcos monachos in ſummo ſenio hilariter quaſi floreſcentes interrogamus, quibus potiſſimum remediis factum fuerit, ut ſanitatem in ſeros annos conſervarint, ſervavimus oleum, reſpondent. Adoleſcentiæ flos ſemel amiſſus, nunquam redditur artis ope; formoſaque ſpecies, animi corporisque vigor, ex quo ingenii judiciique vires pendent, perit.

§. IX.

Eſt hoc tempus, quo *Helluationes* vecordes & licentioſos homines *omnes* delectant, quo compotationibus in ſeras usque noctes dediti ſunt quam maxime, quo intemperantiæ ſe aliquando affectum iri pœnis vix credunt; erit tamen infauſtus dies, quo hæ, in corpus injuriæ, atque violentiæ, Naturæ coram tribunal vocabuntur, gravique plectentur damno. Itaque maxima danda eſt opera, ut calidioribus ſpirituoſisque potibus, adoleſcenti imprimis ætate, abſtineamus. Non opus eſt, ut oleum igni addamus. Jam adoleſcens & labori & otio eſt aſſveſaciendus: jam animi

corpo-

corporiſque artes exerceat, juſtaque illi concedatur quies: jam in ſalubri verſetur aëre ac habitaculis non nimium anguſtis: jam jucunda, lætis cum amicis, fruatur conſvetudine, quo fiet, ut iners cibus, ſine arte menſa, tenuis potus, tranquillus ſomnus, motus interruptus, caſtitas & familiarium grata converſatio, ætate ſtabiliendi roboris ultima ponant fundamenta. Et poſtquam, hanc ſequens vivendi rationem feliciter adolevit, quid firmatum ejus judicium valet, demum experiatur, ingeniique ſui, quantum fieri poteſt, intendat nervos: & acquiſita corporis juſta ſtatura, majora nobilioraque animi meditamenta ſedulo ſectetur noſter adoleſcens: aut tum, aut nunquam.

§. X.

Diæta, ſic firmis nixa experimentis, ad duo valetudinis ducit principia, quorum prius nervis, Vitales, poſterius, ſolidis cum fluidis, Naturales efficientibus functiones, continetur. Hæ per diætam ſuſtentantur functiones: quarum Vitales ægre corriguntur; facile vero, vita nimia, vigiliis, animi paſſionibus, lucubrationibus, compotationibus ſpirituoſis, debilitantur. Naturales, ut motu & alimento corroborantur, ita quiete labefactantur & inedia. Hæ ut ſartæ, apud nobiliora animalia, ſerventur atque integræ, duos cuſtodes, odorem nimirum & ſaporem, præſertim circa ingerenda, Natura poſuit.

S. D. G.

Min HERRE.

Kroppens hålſa år ett ibland det nyttigaſte och nödigaſte en Menniſkia kan åga. Låran om deſs råtta ſkiötſell, förvårfvas ej utan årfarenhet uti låkarekonſten. I, Min HERRE, gifven nu fram i dagsliuſet Grunderna till Hålſan *och viſen hårmed, det I på råtta grundpelare hafven bygdt det vett, ſom pryder Eder, och hvarigenom I likſom viljen förbinda andra, at följa, hvad I hår omordat. Min HERRE tron icke, det Edre Vånner på något ſått misunna allmenheten kundſkap om Edre Egenſkaper, hvilken varit hittils ett enſkildt nöje för dem; utan varen förſåkrad der om, att vi fågna oſs öfver en ſå ſtor Eder ſkickelighet, ſom vi och kunna giöra oſs ſåkert hopp om Eder hjelp i framtiden. Min glådje at förnimma Eder vålgång ſkall altid fördubblas ſå mycket mera, ſom jag långe haft den förmon at råknas ibland Edra förtrognaſte. Vore allenaſt min förmågo ſtörre, ån min vålmening, blefve inga tilfållen nog tilråckelige at å daga lågga med hvad vånſkap jag lefver*

Min HERRES

Tilgifne Tjenare,
JOHAN DANIEL MENLÖS.